08.04.2022
Aktualisiert am
20.04.2022 14:00

SELBSTBEFRIEDIGUNG

Wie Kinder ihren Körper erkunden

Dass sich bereits kleine Kinder selbst befriedigen, ist ganz normal. Doch wie damit umgehen, wenn sie in der Öffentlichkeit masturbieren?

von Annika Röcker



© ANTHONYROSENBERG / GETTY IMAGES / ISTOCK (AUSSCHNITT)

In der US-Arztserie »Dr. House« kommt eine Frau mit ihrer kleinen Tochter in die Klinik. Das Kind bekomme Krampfanfälle, wenn sie es im Auto anschnalle, berichtet sie besorgt. Die Kleine fange dann an zu schaukeln, zu grunzen und zu schwitzen, sei wie in Trance. Die Mutter erzählt, sie habe im Internet recherchiert, die Symptome könnten auf eine Epilepsie hindeuten. Der Doktor hat eine andere Erklärung: Selbstbefriedigung. Das Mädchen masturbiert.

Eine fiktive Geschichte – doch solche Fehldeutungen sind der Kinder- und Jugendpädagogin Julia König nicht unbekannt: »Wir wollen bei Kindern manchmal lieber etwas Krankhaftes sehen als etwas Sexuelles«, sagt

König, Professorin für Allgemeine Erziehungswissenschaft an der Johannes Gutenberg-Universität Mainz.

Anders als viele denken, beginnt die Sexualität nicht erst mit der Pubertät. Schon Babys und Kleinkinder zeigen sexuelles Verhalten. Das kann Eltern und pädagogische Fachleute an ihre Grenzen bringen. Wie geht man richtig damit um?

In einem Grundlagenpapier der Weltgesundheitsorganisation heißt es: »Sexualität ist ein zentraler Aspekt des Menschseins während der gesamten Lebensspanne (…).« Diesen Satz findet der Soziologe Jörg Maywald extrem wichtig: »Die psychosexuelle Entwicklung beginnt spätestens mit der Geburt.« Freilich sei frühkindliche Sexualität etwas völlig anderes als Jugend- oder gar Erwachsenensexualität, erklärt der Professor für Kinderrechte und Kinderschutz an der Fachhochschule Potsdam.

> **Serie »Die Entdeckung der Lust«**
>
> Doktorspiele im Kindergarten, der erste Sex frühestens mit 18: So stellen sich viele Eltern das Liebesleben ihrer Kinder vor. Doch tatsächlich beginnt die Lust am eigenen Körper schon früher. Was Erwachsene über die Sexualentwicklung wissen sollten und wie sie mit ihren Kindern darüber sprechen können, erklärt »Spektrum.de« in den folgenden Beiträgen.
>
> 1. **Selbstbefriedigung:** Wie Kinder ihren Körper erkunden
> 2. **Sexualaufklärung:** Mit Kindern über Sex reden – aber wie?
> 3. **Sex in der Pubertät:** Wie Jugendliche ihr erstes Mal erleben

Einer der Ersten, die sich mit der kindlichen Sexualität beschäftigt haben, war der österreichische Arzt Sigmund Freud (1856–1939), Begründer der Psychoanalyse. Ihm zufolge ist die Befriedigung kindlicher Bedürfnisse an die Stimulation gewisser Körperbereiche – der »erogenen Zonen« – gebunden. Deren Entdeckung würde sich an die Entwicklung bestimmter Körperfunktionen »anlehnen«.

Ein Beispiel: Trinken ist eines der ersten Dinge, die ein Kind lernt – egal ob an der Brust oder am Fläschchen. Das tut es in der Regel dann, wenn es Hunger hat, das heißt große Unlust empfindet. Das Kind bekommt

Nahrung, erfährt also Befriedigung. »Und irgendwann fängt es an, schon das Nuckeln als befriedigend zu empfinden«, erläutert die Kinder- und Jugendpädagogin Julia König. Entsprechend hilft ein Schnuller vielen Kindern, sich zu beruhigen. »Freud würde sagen: Da entwickelt sich eine Triebstruktur. Andere sprechen von einer Lust- oder Begehrensstruktur.« Es geht nicht mehr nur darum, satt zu werden. Das Kind entwickelt Lust am Nuckeln.

Freud unterteilte die psychosexuelle Entwicklung von Kindern in fünf Phasen: die orale, die anale und die phallische Phase, die Latenzphase sowie die genitale Phase. In jeder dieser Phasen liegt der Fokus auf einem bestimmten Trieb, folglich wechseln die erogenen Zonen. »Das läuft aber nicht strikt nacheinander ab«, berichtet Sexualforscherin König. Vieles entwickle sich parallel. Kommt etwas Neues hinzu, ist das plötzlich sehr interessant. Dann rückt es wieder in den Hintergrund, andere Körperteile und Funktionen werden wichtiger. Ob im Entdecken des eigenen Körpers stets etwas Sexuelles zu sehen ist, darüber lässt sich streiten. Wenn sich in der Pubertät darauf basierende sexuelle Präferenzen entwickeln, könne man eine infantile Luststruktur nachträglich durchaus als sexuell begreifen, sagt König.

Wer schon mal einen kleinen Jungen gebadet hat, weiß vermutlich: Der Penis kann bereits im Säuglingsalter erigieren. Auch Mädchen können bereits im ersten Lebensjahr lokal erregt sein, man sieht es nur nicht so deutlich. Die Funktion der Geschlechtsorgane ist also schon sehr früh vorhanden. Wann aber fangen Kinder an, daran Gefallen zu finden?

Schon Säuglinge masturbieren

Der amerikanische Sexualforscher Alfred Kinsey hat in den 1950er Jahren beschrieben, dass bereits Säuglinge masturbieren. Allerdings ist seine Forschung mehr als umstritten; es heißt, er soll dafür Pädophile dazu angehalten haben, Kinder zu missbrauchen. Doch auch danach gab es immer wieder Berichte von frühkindlicher Masturbation, teilweise schon in den ersten Lebensmonaten. Typischerweise, so schreiben Expertinnen und Experten, begännen Kinder im Alter zwischen drei Monaten und drei Jahren damit, ihre Genitalien zu entdecken.

> »Jede Kita kennt Kinder, die masturbieren. Insbesondere im zweiten und dritten Lebensjahr spielen viele Kinder mit ihren Genitalien«
>
> (Jörg Maywald, Soziologe und Psychologe)

Sich gezielt mit den Händen berühren: Das können die meisten Kinder erst ab dem dritten Lebensjahr. Davor versuchen manche, sich an Gegenständen zu reiben. Andere pressen ihre Oberschenkel zusammen und üben damit Druck auf ihre Genitalregion aus. Die Extremitäten verkrampfen, die Kinder atmen oft unruhig und werden rot im Gesicht. Diese »Anfälle« dauerten zwischen 15 Sekunden und 1,5 Minuten, so steht es im Fallbericht eines damals 3,5 Monate alten Jungen. Und von fünf Mädchen zwischen 7 und 27 Monaten heißt es, der Zustand habe bei ihnen weniger als eine Minute bis hin zu mehreren Stunden angedauert. Ähnlich wie bei dem Mädchen in der Serie »Dr. House« denken die Eltern allerdings meist, ihr Kind leide unter Schmerzen oder Krampfanfällen.

»Jede Kita kennt Kinder, die masturbieren«, sagt Maywald. Der Sozialwissenschaftler hat ein Buch über Sexualpädagogik in der Kita verfasst. »Insbesondere im zweiten und dritten Lebensjahr spielen viele Kinder mit ihren Genitalien«, sagt er. Das gelte gleichermaßen für Jungs und Mädchen, aber längst nicht für alle.

Konkrete Zahlen zur Selbstbefriedigung bei Kindern zu finden, ist schwierig. Je nach untersuchter Gruppe liefern Studien sehr unterschiedliche Ergebnisse, manche kommen auf mehr als 50 Prozent, andere auf einstellige Prozentwerte. Einige neuere Untersuchungen stammen aus islamischen Länder, wo Masturbation generell kritischer gesehen wird oder gar verboten ist. Zudem wurden die Daten oft im klinischen Kontext erhoben. Viele der untersuchten Kinder hatten psychiatrische Störungen wie ADHS oder Angststörungen. Die Forschenden wollten herausfinden, ob diese Kinder häufiger

masturbieren als gesunde. Obwohl sie einen Zusammenhang nicht zweifelsfrei nachweisen konnten, empfehlen die Autoren, masturbierende Kinder verstärkt auf psychiatrische Störungen zu untersuchen.

Dass Selbstbefriedigung noch immer häufig als abnormales Verhalten angesehen wird, betrachten Forscher wie Maywald als rückschrittlich. In den meisten Fällen sei es völlig unproblematisch und müsse keinesfalls unterbunden werden: »Es kann Bestandteil einer gesunden psychosexuellen Entwicklung sein«, sagt der Sozialwissenschaftler. Das Kind setzt sich mit dem eigenen Körper auseinander und erfährt, dass ihm bestimmte Berührungen angenehme Gefühle bereiten.

»Das ist doch ein super Start in ein positives Körpergefühl«, sagt Sexualpädagogin Anja Henningsen von der Fachhochschule Kiel. Man könne in diesem Zusammenhang durchaus von Selbstbefriedigung oder -stimulation sprechen, im Sinne der lustvollen Beschäftigung mit dem eigenen Körper. Anders als Erwachsene verfolgen Kinder aber nicht das Ziel, einen Orgasmus zu erleben. Ihr Verhalten richtet sich zudem nicht auf andere Menschen, sondern primär auf sich selbst. »Das Kind macht das wahrscheinlich nur, weil es sich einfach gut anfühlt«, sagt Henningsen.

Einen Samenerguss bekommen Jungs ohnehin erst ab der Pubertät. Bedeutet das, Kinder können noch keinen Orgasmus erleben? »Wenn man Kinder beobachtet, denkt man schon, dass sie dabei so etwas wie ein Hoch fühlen«, sagt Sexualpädagogin Henningsen. Eine Orgasmusfähigkeit bestehe bereits sehr früh; Kindern gehe es aber eher um die Erregung. Sie verrenken sich und sind völlig in ihr Tun versunken – ähnlich wie in der oben genannten Filmszene beschrieben.

Natürlich gibt es auch problematische Formen. Beispielsweise, wenn Kinder demonstrativ oder provokativ masturbieren, etwa im Flur der Kita, um die Aufmerksamkeit der Erzieherinnen und Erzieher auf sich zu ziehen. Henningsen rät, sich im Kollegium zu besprechen, mit den Eltern zu reden und gegebenenfalls professionellen Rat einzuholen. »Man muss nicht für alles allein eine Lösung finden«, sagt auch Sexualpädgogin König. Der Verband pro familia beispielsweise kann in solchen Fällen helfen.

Wie Erwachsene auf Selbstbefriedigung ihrer Kinder reagieren können

Extrem häufige Selbstbefriedigung kann auf tieferliegende Probleme hindeuten, etwa Spannungen in der Familie. Ein Beispiel beschrieb Sophinette Becker 2011 in einem Fachgespräch. Die inzwischen verstorbene Psychotherapeutin leitete lange Zeit das Institut für Sexualwissenschaft in Frankfurt. Eines Tages kamen Eltern mit ihrer kleinen Tochter in ihre Ambulanz. Sie machten sich große Sorgen, weil sie häufig masturbierte. Im Gespräch stellte sich heraus, dass sich die Eltern gerade getrennt hatten – über die Stimulation konnte das Kind offenbar Spannung abbauen. Daran zeigt sich erneut: Das Masturbieren an sich ist nicht das Problem. Viele wissen nur nicht damit umzugehen.

Am besten wäre es, dem Kind erst einmal zu signalisieren: Schön, dass du deinen Körper magst und das für dich entdeckt hast. Stattdessen suchen Erwachsene jedoch häufig eine andere Erklärung für das Verhalten (»Musst du aufs Klo?«), pathologisieren es oder denken gar an sexuellen Missbrauch. »Wenn Eltern beobachten, dass sich ihr Kind an die Genitalien fasst, sind sie schnell dabei zu fragen: Wer macht so etwas, wer hat dir das gezeigt?«, berichtet König. Damit setze man das Kind unter Druck. Schlage man dann etwas vor wie »War das vielleicht der Fußballtrainer?«, dann sagt das Kind womöglich »Ja«, um der Situation zu entkommen.

> »Die Kinder müssen lernen, dass das etwas Privates ist und man das nicht im Morgenkreis oder am Kaffeetisch macht«
>
> (Anja Henningsen, Sexualpädagogin)

Natürlich ist es wichtig, Kinder zu schützen. »Wenn sich ein Kind im Außenbereich einer Kita auszieht, muss kein Spanner am Zaun stehen. Man kann heute aus 300 Meter Entfernung vom Balkon gestochen scharfe Aufnahmen machen«, sagt Kinderrechtsexperte Maywald.

Gerade deshalb sollten Eltern und Kita-Personal sensibel auf die kindliche Selbsterkundung reagieren. In Situationen, in denen das nicht angebracht ist, müsse man es ansprechen, rät König. »Man könnte zum Beispiel sagen: Ich habe gesehen, dass du dich an deinem Penis oder deiner Vulva gestreichelt hast. Das kannst du gerne machen, aber mach das lieber in deinem Kinderzimmer, wenn du allein bist.« Henningsen stimmt zu: »Die Kinder müssen lernen, dass das etwas Privates ist und man das nicht im Morgenkreis oder am Kaffeetisch macht.«

Manche Kinder entwickeln Schamgefühle schon im zweiten Lebensjahr, wenn sie zwischen Vertrautem und Fremdem zu unterscheiden lernen. Andere empfinden erst mit fünf oder gar sieben Jahren Körperscham. Sie wollen dann beispielsweise nicht mehr beim Toilettengang beobachtet werden oder sich vor anderen ausziehen. Und das ist gut so: »Scham ist gewissermaßen die Hüterin der Privatsphäre«, sagt Maywald.

Es sei wichtig, Kindern beizubringen, dass es für Intimität einen Schutzraum braucht. Dennoch, so finden die Experten, solle man versuchen, möglichst offen über diese Themen zu sprechen, und dürfe dabei ruhig die korrekten Begriffe verwenden. Studien zeigen: Fast alle Kinder kennen ein Wort für den Penis. Für die Vulva haben sie keins. »Die meisten sagen Scheide, das ist aber eigentlich falsch und irreführend«, beklagt Sexualforscherin König. Es sei aber schon besser als in den 1950er Jahren, wo man nur von »untenrum« sprach. Mädchen sollten Wörter für die Körperteile kennen, die ihnen Lust bereiten: Klitoris und Vulva. Genau diese Begriffe zu verwenden, findet König allerdings weniger wichtig, als den Körperteilen überhaupt Namen zu geben.

Streit um Sexualerziehung in Schulen und Kitas

Manche Elternverbände sprechen sich kategorisch gegen eine Sexualerziehung in Schulen und Kitas aus. Ihrer Meinung nach gehört das ausschließlich ins Elternhaus. Oft begründen sie das mit den traditionellen Geschlechterrollen: Vater, Mutter, Kind. Ein kleiner, aber lauter Teil der Bevölkerung ist offenbar bei Weitem nicht so fortschrittlich und liberal wie gemeinhin angenommen. Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), die kindgerechte Aufklärungsmaterialien bereitstellt, wurde dafür schon mehrfach scharf angegriffen. Der Vorwurf: Das verletze Grenzen, sei übergriffig.

»Wenn sie gut gemacht ist, trifft das Gegenteil zu: Sexualerziehung qualifiziert die Grenzsetzung«, sagt Henningsen, die die BZgA berät. Die Kinder lernen, was ihnen gefällt und was nicht, aber auch, dass sie Rechte haben und Erwachsene nicht alles mit ihnen machen dürfen. Sexualerziehung bedeute dagegen nicht, Kindern Angst zu machen, warnt Henningsen.

»Fast alle Kinder stellen Fragen über Geschlechtsteile oder wollen wissen, wie sie entstanden sind. Dem sollte man offen begegnen«, empfiehlt Sexualpädagogin König. Nicht nur, um Missbrauch vorzubeugen, sondern weil die Neugier zu Kindern einfach dazugehört.

Annika Röcker
ist promovierte Biochemikerin und Autorin. Bis Ende September 2020 war sie Volontärin bei »Spektrum.de«.